はじめに

主宰する野外ワークショップで、先ごろある生徒が私に尋ねた。「本を改訂されているそうですが、そんな必要があるんですか?」。

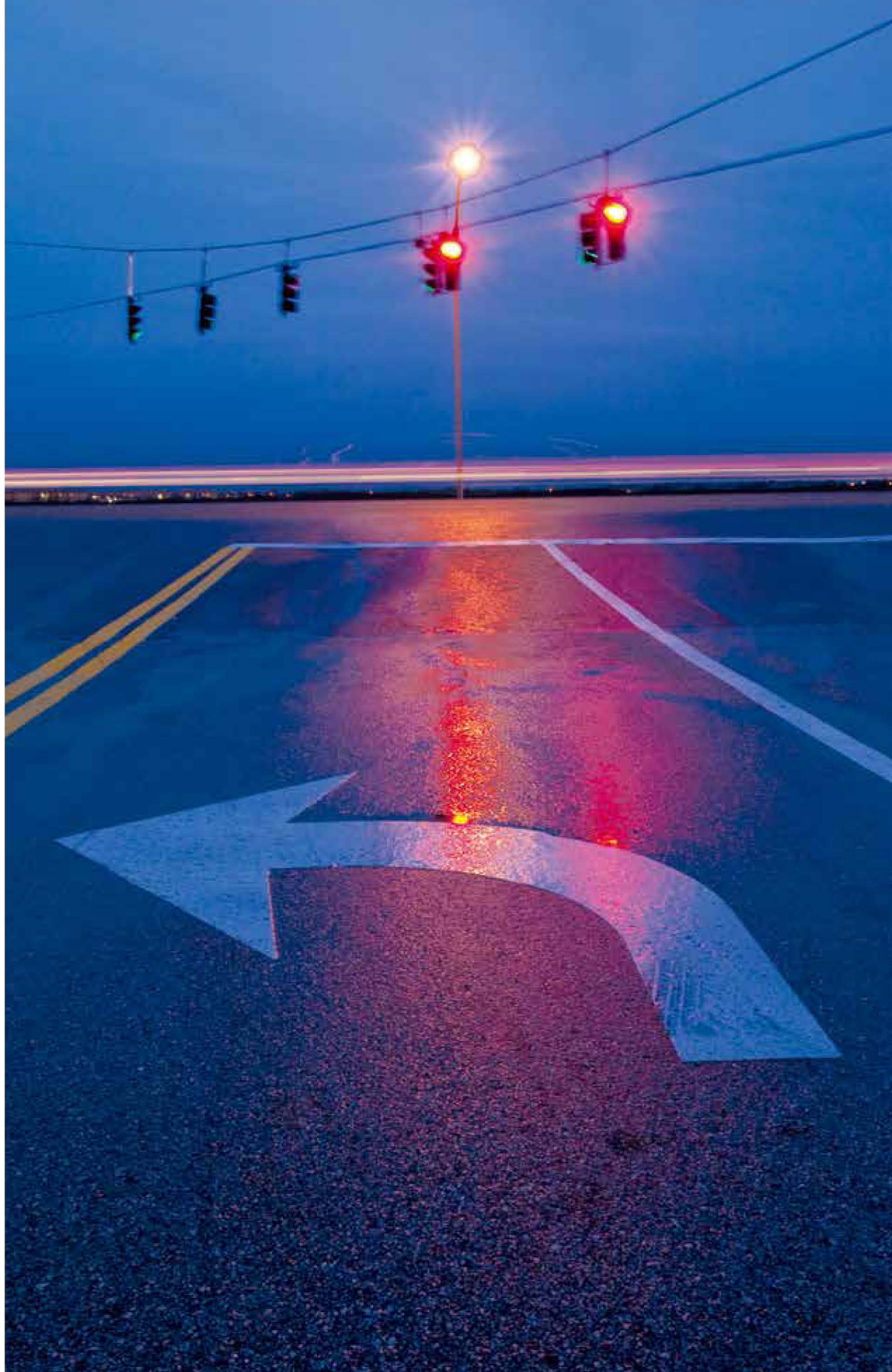
耳の早いその生徒が言う通り、私は本書（第3版）の執筆中だった。生徒の疑問はもっともだ。これまでの第1版、第2版も納得できる本だった。第2版までの売れ行きは驚くほど好調で、多くの読者に受け入れられたことにはただ感謝するばかりだ。では、どうして改訂するのか。それは、デジタル写真の世界に大きな変化が起きているからだ。デジタル化が進んで、露出を意のままにできることに関しては良い面もたくさんあるが、写真家たちが混乱していることも否定できない。

私が「写真のトライアングル原則」と呼ぶ、正しい露出で撮影する原則は、写真が登場したときから変わらない。正しい露出とは、昔も今もこれからも、レンズの絞り羽根の開口部の大きさ（絞り）、光が感光材に当たる時間（シャッター速度）、光に対する感度（ISO感度）の三つを、正しく組み合わせることなのだ。

かつてピンホールカメラが画像を記録する優れた道具だと騒がれた時代があった。ピンホールカメラは、光に反応する1枚のフィルムと小さな穴があるだけの、まるで光を遮断した靴箱のようなものでしかなかった。デジタルカメラも、フィルムがイメージセンサーに変わっただけで、原則はこの靴箱と何ら変わりがない。見た目は大きく違っても、原理は初期のカメラとほとんど同じなのである。

本書の第2版が出た2004年は、デジタルカメラは多くの面でまだ揺籃期だった。成熟期と言える今のほうが、多くの写真愛好家（特に初心者）たちは、戸惑う場面が増えている。個人的な見解ではあるが、カメラメーカーの責任もあるだろう。

12-24mmズームレンズを14mmで使用、ISO感度100、2秒、F5.6

たとえば、撮影をなるべく自動化するために、本来シンプルだったはずのマニュアル撮影は、今は多くの人にとってジャンボジェット機の操縦席さながら複雑に感じるものになった。私だってジャンボの操縦席に座ったらひるんでしまう。フィルムカメラ全盛期のカメラといえば、ボディにシャッター速度ダイヤル、レンズには絞りリングが付いていた。ところがデジタルカメラは、これらの機能が「モードダイヤル」などと呼ばれる一つのダイヤルに集約されている。さらには「風景」「マクロ」「ポートレート」「絞り優先オート」「連続写真」「スポーツ」「シャッター速度優先オート」、それに「プログラムモード」などなど。そうした設定モードに加えて、オートホワイトバランス、オートISO、オートフラッシュとくれば、普通の人ならフラストレーションがたまるばかりだ。事実、「オート設定」ではうまくいかないことが多く、「オート設定」のままで撮影できる被写体は限られていると多くの写真家が感じている。

戸惑う機会はまだある。毎日私のもとに届くメールを見ていると、初心者がとても良い写真を撮ったとき、「どうやって撮ったの?」と聞かれることほどいやなことはないようなのだ。本当のところ、どう撮ったのか本人にはわからないのだから。

私がよく思い出すのは、素晴らしい“写真眼”とも言うべき撮影センスを持つ、ある女性のことだ。撮り始めて11カ月でありながら、彼女がニコンD300と18-200mmレンズで撮った写真は素晴らしく、注目に値するものだった。当然「この写真の露出は?」という質問が出る。こうしたことが何週も、何カ月も続くと、彼女は作品について答えなくなった。理由はただ一つ。彼女は露出がどう決められたのか全くわからなかったのだ。実際、「作品の露出は、偶然うまくいっただけなのです」と彼女は私に言った。さらに「露出のことはよくわからない」とも言う。そこで私は、本書の第2版を読むよう勧めた。3週間ほど経ったある日、彼女から「露出のことをよく理解できました。今はマニュアル撮影モードで撮っています」というメールが届いた。

このように、マニュアルで撮ることがいかに重要かを私は説いている。これは信条と言っていい。おそらく私のネットの写真教室やワークショップの生徒たちなら、もし私が「オート」と口にしたとしても、それは「オットー」という生徒を呼んだとしか思わないだろう。

露出を理解することは難しくはない。必要なことは一つだけ。マニュアルでの撮影をあらかた覚えたら、カメラの取扱説明書は読まないことだ。さあ、取りかかろう。どのデジタル一眼カメラにもマニュアル撮影モードを示す「M」などのマークが付いている。ここにダイヤルを合わせれば、あなたは副操縦席に座っているのと同じこと。いよいよ初飛行に挑戦だ。不安かもしれないが、心配はいらない。機長の私が隣に座っている。この本を読めば、すぐ一人で飛べるようになるだろう。そして、自分の力で飛ぶ自由を味わえば、「どうしてマニュアル撮影ができないとあきらめていたのだろう」と思っていただけるはずだ。そのくらい簡単なのだ。創造的な写真を撮りたいなら、露出を自分で設定することだ。本書のページを繰るたび、写真の世界が広がっていくだろう。

また、この第3版では「ハイダイナミックレンジ(HDR)」と「フラッシュ」という二つの新しい話題も取り上げている。カメラ専用フラッシュとリングフラッシュの使い方も、初心者にわかりやすく書いたつもりだ。特にマクロ撮影に興味があるなら、ぜひ読んでほしい。

HDRは多くのベテランたちが夢見てきた、全く新しい写真の世界を開く撮影技法だ。「極限の露出」と言っていい。お読みいただければわかることだが、HDRで撮られた写真も「写真のトライアングル原則」にのっとっている。つまり、HDRも、依然として絞りやシャッター速度を最適に選ぶことと密接に関係しているのだ。

ところで、これまで私の本ではフラッシュ撮影に触れてこなかった。今回、本書でフラッシュ撮影について解説するのは、外付けフラッシュが手軽に買えるようになったためだ。メーカーの努力は称賛されるべきものだろう。普通に取り付けるだけで、TTL自動調光対応フラッシュ(Through The Lens: 撮影するレンズを通った光に合わせて発光量を調整できるフラッシュ)は、露出でもまず失敗しない。本書で新たに紹介したフラッシュを使う撮影法は、これからフラッシュを使って意のままに撮影したいという人に役立つだろう。

17-55mmズームレンズを22mmで使用、ISO125、6秒、F14